

मीज़ल्स (खसरा),
मंप्स (कनपेड़ा),
व रुबेला (जर्मन खसरा)

का टीका

आपको इसके बारे में क्या जानना चाहिये

1 टीका क्यों लगावाना चाहिये?

मीज़ल्स, मंप्स, और रुबेला गंभीर बीमारियां होती हैं।

मीज़ल्स

- मीज़ल्स के रोगाणुओं से ददर, खांसी, नाक से बहना, आँखों में जलन, और बुखार होता है।
- इसके कारण कानों में संकमण, निमोनिया, दौरे (झटकए से हिलना और आँखें गड़े रहना), दिमाग में क्षति, और मौत हो जाना संभव है।

मंप्स

- मंप्स के रोगाणुओं से बुखार, सिरदर्द, और ग्रन्थियों में सूजन मुश्किल है।
- इससे बहरापन, भेनिन्जाइटिस (दिमाग और रीढ़ की हड्डी के आवरण में संकमण), वृष्ण व डिम्बग्रन्थियों में कष्टकर सूजन और विरले ही मौत हो सकती है।

रुबेला यानि जर्मन मीज़ल्स

- रुबेला के रोगाणुओं से ददरे, हल्का बुखार, और गठिया हो सकता है (अधिकतर महिलाओं में)।
- गर्भवस्था में आगर किसी औरत को रुबेला हो जाए तो उसे गर्भपात हो सकता है या उसके बच्चे को बहुत चिन्ताजनक पैदाइशी खारबियां हो सकती हैं।

अगर आपका या आपके बच्चे का किसी ऐसे व्यक्ति से सम्पर्क हुआ जिन्हें ये बीमारियां हैं तो ये आपको भी हो सकती हैं। यह हवा द्वारा एक व्यक्ति से दूरोर व्यक्ति तक फैलती है।

मीज़ल्स, मंप्स, और रुबेला के टीका (**MMR**) से ये बीमारियां रोकी जा सकती हैं।

अधिकतर जिन बच्चों को MMR की सुर्जियां लग दी जाती हैं उन्हें ये बीमारियां नहीं होंगी। अगर हमने टीका लगाना बंद कर दिया तो बहुत से बच्चों को ये बीमारियां होने लगेंगी।

2 MMR का टीका किसे लगावाना चाहिये और कब?

बच्चों को MMR का टीका 2 खुराकों में लगाया जाना चाहिये।

- ✓ पहला जब बच्चा 12 और 18 महीने की उम्र का हो।
- ✓ और दूसरा जब बच्चा 4 से 6 साल का हो।

उपरोक्त सभी सारिणी सबसे बेहतर है। लेकिन बच्चे को दूसरा खुराक कभी भी लगाया जा सकता है वशर्ते कि वो पहले खुराक के कम से कम 28 दिन बाद लगाया जाए।

कुछ बच्चों को भी MMR का टीका लगावाना चाहिये:

आप तौर पर 18 साल से अधिक उम्र के उन सभी लोगों को MMR टीका का कम से कम एक खुराक लगावा लेना चाहिये जिनका जन्म सन् 1956 के बाद हुआ है और अगर उन्हें कभी भी ये बीमारियां नहीं हुई या इनके लिए पहले कभी उन्हें टीका नहीं लगाया गया।

विस्तृत जानकारी हेतु अपने डॉक्टर से राय करें।

MMR का टीका अन्य टीकाओं के साथ भी लगाया जा सकता है।

3 कुछ लोगों को चिकित्साकर्ता का टीका नहीं लगावाना चाहिये या रुक कर लगावाना चाहिये

- जिन लोगों को कभी पहले जेलाटिन, नियोमाइसिन नामक एन्टीबायोटिक, या MMR के पहले टीके से अगर कोई जानलेवा एलर्जी यानि प्रतिक्रिया हुई हो तो उन्हें MMR का टीका नहीं लगावाना चाहिये।
- जिस सभी MMR का टीका लगाना निश्चित हुआ हो अगर उसी सभी व्यक्ति की तवियत काफ़ी या बहुत खराब है तो ज्यादातर टीक होने के बाद ही MMR का टीका लगावाना चाहिये।
- गर्भवती महिलाओं को जन्म देने के बाद ही MMR का टीका लगावाना चाहिये। MMR टीका लगाने के बाद उन्हें 4 सप्ताह तक गर्भवती बनने से बचना चाहिये।
- MMR का टीका लगावाने के मामले में कुछ लोगों को अपने डॉक्टर से राय लेनी चाहिये। इनलोगों में शामिल हैं:
 - वे लोग जिन्हें HIV/एड्स हैं या कोई दूसरी बीमारी जिससे प्रतिरक्षण प्रणाली पर असर पड़ता हो
 - जो 2 हफ्ते या इससे अधिक अवधि के लिए कोई ऐसी दवा ले रहे हैं जिससे प्रतिरक्षण प्रणाली पर असर पड़ता हो
 - जिसे किसी भी प्रकार का कैन्सर हो
 - जिसे एक्स रे या दवा द्वारा कैन्सर का उपचार मिल रहा हो
 - जिसके प्लेटलेट की संख्या कम हो (रक्त की बीमारी)

- जिन लोगों को हाल में खून चढ़ाया गया हो या जिन्हें कोई दूसरा रक्त आधारित उत्पाद दिया गया हो उन्हें MMR का टीका लगाने से पहले अपने डॉक्टर से राय करना चाहिए।

विस्तृत जानकारी हेतु डॉक्टर या नर्स से राय करें।

4 MMR टीका के क्या खतरे हो सकते हैं?

किसी भी दवा की तरह टीका लगाने से भी गंभीर दिक्कतें पैदा हो सकती हैं जैसे कि बहुत तीव्र एलर्जिक प्रतिक्रियाएं। लेकिन MMR का टीका लगाने से कोई बहुत भारी दिक्कत या मौत होने की बहुत ही कम संभावना होती है।

MMR का टीका लगाने से जो खतरा होता है वह इन तीन वीमारियां होने के खतरे से कहीं कम है।

जो लोग MMR का टीका लगाते हैं उन्हें अधिकतर कोई दिक्कत नहीं होती।

कुछ हल्की परेशानियां

- बुखार (क्रीब 6 व्यक्तियों में से 1 को)
 - हल्के से ददरे (20 व्यक्तियों में से 1 को)
 - गालों या गले की ग्रन्थियों में सूखन (बहुत ही कम)
- अगर ऐसी परेशानियां होती हैं तो सुई लगाने के 7 से 12 दिन के अंदर होती हैं। दूसरे खुराक के बाद ऐसा कम होता है।

मध्यवर्गीय मुसीबतें

- बुखार के कारण दौरा (शटके से हिलना या औंखें गड़े रहना) (3000 खुराकों में 1 बार)
- जोड़ में अस्थायी दर्द या एंठन, अधिकतर वयस्क या जवान औरतों में (4 में से 1 को)
- अस्थायी रूप से ज्वरों की संख्या में कमी, जिसके कारण एक प्रकार का रक्तसामान हो सकता है (30000 खुराकों में 1 बार)

गंभीर मुसीबतें (बहुत ही कम)

- गंभीर एलर्जिक प्रतिक्रिया (10 लाख खुराकों में 1 बार से भी कम)
- MMR का टीका लगाने के बाद वच्चों में कई अन्य प्रकार की गंभीर मुसीबतें देखी गई हैं। लेकिन ऐसा इतना कम होता है कि शोधकर्ता अब तक यह नहीं बता पाए हैं कि यह टीका के कारण है या नहीं। इनमें शामिल हैं:
 - वहरापन
 - दीर्घकालीन दैरे, कोमा, या होश में कमी
 - स्थायी रूप से दिमाग में क्षति

5 कोई मध्यवर्गीय या बहुत तीव्र प्रतिक्रिया होने पर क्या करना चाहिये?

मुझे किन लक्षणों के प्रति सचेत रहना चाहिये?

कोई भी असामान्य दशा जैसे कि तीव्र एलर्जिक प्रतिक्रिया, तेज़ बुखार या व्यवहार में कोई परिवर्तन। इसके कुछ लक्षण हैं सांस लेने में कठिनाई, गला बैठ जाना या सांस लेने में घरघराहट, पित्ती, फीका पड़ जाना, कमज़ोरी, दिल की धड़कन बढ़ने लगना या चक्कर आना। अगर ऐसा हुआ तो यह सुई लगाने के कुछ मिनट या कुछ घंटों के बाद ही होता है। अगर तेज़ बुखार या दौरा होता है तो सुई लगाने के 1 से 2 सप्ताह के बाद ऐसा होना चाहिये।

ऐसे में मुझे क्या करना चाहिये?

- डॉक्टर बुलाएं या उस व्यक्ति को तुरंत डॉक्टर के पास ले जाएं।
- अपने डॉक्टर को बताएं कि क्या हुआ, किस वक्त और किस दिन ऐसा हुआ, और टीका कब लगाया गया।
- अपने डॉक्टर या नर्स या स्वास्थ्य विभाग को कहें कि वे वैक्सीन एंडवर्स इवेंट रिपोर्टिंग सिस्टम यानि VAERS का फार्म भरकर इसे दर्ज करें या आप खुद ही 1-800-822-7967 पर VAERS को फोन लगाकर या उनके वेबसाइट <http://www.vaers.org> पर जाकर इस बारे में बताएं।

6

प्रतिरक्षा सम्बन्धी चोट की क्षतिपूर्ति वाला राष्ट्रीय कार्यक्रम (The National Vaccine Injury Compensation Program)

अगर ऐसा हो ही गया कि आपको या आपके बच्चे को किसी टीका के परिणामस्वरूप कोई गंभीर प्रतिक्रिया हो गई तो इसके लिए एक राष्ट्रीय कार्यक्रम स्थापित किया गया है जिसके अंतर्गत चोट लगे व्यक्ति की देख भाल के पैसे देने में मदद दी जाती है।

प्रतिरक्षा सम्बन्धी चोट की क्षतिपूर्ति वाला राष्ट्रीय कार्यक्रम के बारे में और जानकारी पाने के लिए 1-800-338-2382 पर फोन लगाकर या उनके वेबसाइट <http://www.hrsa.gov/osp/vicp> पर जाकर देखें।

7

मैं इस बारे में और जानकारी कैसे पा सकता हूं?

- अपने डॉक्टर या नर्स से पूछें। वे आपको टीका के पैकेट में दी गई लिखित जानकारी दे सकते हैं या बता सकते हैं कि अतिरिक्त जानकारी के स्रोत क्या हैं।
- अपने स्थानीय या राजकीय स्वास्थ्य विभाग के प्रतिरक्षण कार्यक्रम से सम्पर्क करें। 1-888-767-4687
- द सेन्टर फॉर डिजिज कंट्रोल एंड एप्लिकेशन (CDC यानि रोग नियन्त्रण व निरोध केन्द्र) से सम्पर्क करें:
 - Call 1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)
 - <http://www.cdc.gov/nip> यानि राष्ट्रीय टीकाकरण कार्यक्रम के वेबसाइट पर जाएं।

DCH-0454HI

AUTH: P.H.S., Act 42, Sect. 2126.



U.S. DEPARTMENT OF HEALTH & HUMAN SERVICES
Centers for Disease Control and Prevention
National Immunization Program

Vaccine Information Statement
MMR Vaccine - Hindi (1/15/03) 42 U.S.C. § 300aa-26
Translated by Transcend Translations, Davis CA
www.transcend.net

ताकि स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं को टीका लगाने की स्थिति, टीका के आकलन, तथा भविष्य में अनुशंसित टीकाओं की सम्यक सारिणी के बारे में सही जानकारी मिल सके, Michigan Care Improvement Registry (मिशिगन सेवा सुधार रजिस्टरी) के पास उचित जानकारियाँ भेजी जाएंगी। प्रत्येक व्यक्ति को अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से यह नियेदन करने का अधिकार है कि उनकी टीका संबंधी जानकारी रजिस्टरी में न भेजी जाए।